



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>COLLATION A.M.</b>	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait	Frais Lait	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait
<b>DINER POUpons</b>	Salade d'haricots noirs et maïs  Zucchini farcis au parmesan Patates bouillies  Compote de fruits Lait	Salade de céleri rave et pommes  Ratatouille au tofu gratiné servi sur couscous de blé entier  Salade de fruits Lait	Soupe de patate douce au cari  Poulet au beurre Légumes du jour Riz basmati  Bol de smoothies	Soupe aux choux  Tilapia parmigiana Légumes du jour Linguines à l'ail  Yogourt aux fraises Eau	Crème de tomates et basilic  Pizza du chef aux légumes du jour sur pita de blé entier  Yogourt aux pommes Eau
<b>DINER</b>	Salade d'haricots noirs et maïs  Zucchini farcis au parmesan Patates bouillies  Compote de fruits Lait	Salade de céleri rave et pommes  Ratatouille au tofu gratiné servi sur couscous de blé entier  Salade de fruits Lait	Soupe de patate douce au cari  Poulet au beurre Légumes du jour Riz basmati  Bol de smoothies	Soupe aux choux  Tilapia parmigiana Légumes du jour Linguines à l'ail  Yogourt aux fraises Eau	Crème de tomates et basilic  Pizza du chef aux légumes du jour sur pita de blé entier  Yogourt aux pommes Eau
<b>COLLATION P.M.</b>	Céréale Lait	Yogourt aux fruits Eau	Carré gruau et fruits Lait	Tartine de confiture maison Lait	Humus sur biscottes de blé entier Lait



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>COLLATION A.M.</b>	Crème de blé Lait	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait
<b>DINER POUpons</b>	Velouté de légumes  Sandwich roulé au poulet  Compote de fruits Lait	Crème de légumes  Gratin de nouilles au thon  Yogourt à la mangue Eau	Potage de légumes  Omelette Pomme de terre bouillies  Galettes de fruits Lait	Salade de choux  Braisé de bœuf à la mexicaine Riz jasmin  Pain aux bananes et canneberges Lait	Potage de légumes  Lentilles marocaines  Biscuit choco- rico Lait
<b>DINER</b>	Velouté de légumes  Sandwich roulé au poulet  Compote de fruits Lait	Crème de légumes  Gratin de nouilles au thon  Yogourt à la mangue Eau	Potage de légumes  Omelette Pomme de terre bouillies  Galettes de fruits Lait	Salade de choux  Braisé de bœuf à la mexicaine Riz jasmin  Pain aux bananes et canneberges Lait	Potage de légumes  Lentilles marocaines  Biscuit choco- rico Lait
<b>COLLATION P.M.</b>	Fruits frais Lait	Tartine de confiture maison Lait	Fromage frais sur biscottes de blé Eau	Yogourt aux fruits Eau	Yogourt aux framboises Eau



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
<b>COLLATION A.M.</b>	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait	Crème de blé Lait
<b>DINER POUpons</b>	Salade de maïs, tomates et feta  Saumon sauce crémeuse Riz basmati  Compote Lait	Crudité Trempelette (recette du chef)  Soupe crémeuse au poulet et à l'estragon  Yogourt aux fruits Eau	Crème de légumes  Curry de légumineuses Pain naan  Yogourt aux fruits Eau	Potage de carottes  Filet de porc braisé à l'asiatique Légumes du jour Boulgour  Salade de fruits Lait	Pain grillé et tartinade de tofu  Lasagne crémeuse aux légumes  Cake au lait de coco et rhubarbe Lait
<b>DINER</b>	Salade de maïs, tomates et feta  Saumon sauce crémeuse Riz basmati  Compote Lait	Crudité Trempelette (recette du chef)  Soupe crémeuse au poulet et à l'estragon  Yogourt aux fruits Eau	Crème de légumes  Curry de légumineuses Pain naan  Yogourt aux fruits Eau	Potage de carottes  Filet de porc braisé à l'asiatique Légumes du jour Boulgour  Salade de fruits Lait	Pain grillé et tartinade de tofu  Lasagne crémeuse aux légumes  Cake au lait de coco et rhubarbe Lait
<b>COLLATION P.M.</b>	Guacamole et tortillas grillés Lait	Muffins aux bananes et au son Lait	Bagel beurre de soya Lait	Tartine de confiture maison Lait	Fruits Lait



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
<b>COLLATION A.M.</b>	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait	Crème de blé aux fruits Lait	Fruits frais Lait
<b>DINER POUpons</b>	Potage parmentier Spaghetti végétarien au tofu Yogourt aux fraises Eau	Potage à la courge Filet de porc aux pommes Purée de pommes de terre Légumes du jour Yogourt à la mangue	Bruschetta sur pain grillé Filet de poisson blanc au four Légumes du jour Riz basmati Yogourt aux fraises et p	Courgettes plaisir Œufs brouillés à la mexicaine sur croutons Salade de fruits Lait	Concombres et trempette (recette du chef) Salade d orzo Croustade surprise Lait
<b>DINER</b>	Potage parmentier Spaghetti végétarien au tofu Yogourt aux fraises Eau	Potage à la courge Filet de porc aux pommes Purée de pommes de terre Légumes du jour Yogourt à la mangue	Bruschetta sur pain grillé Filet de saumon au four Légumes du jour Riz basmati Yogourt aux fraises et pêches	Courgettes plaisir Œufs brouillés à la mexicaine sur croutons Salade de fruits Lait	Crudité et trempette (recette du chef) Salade d orzo Croustade surprise Lait
<b>COLLATION P.M.</b>	Céréales Lait	Bagel fromage frais (Recette du chef) Lait	Barre tendre aux pommes et raisins Lait	Fruits frais Lait	Fromage brie et biscottes Eau



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
<b>COLLATION A.M.</b>	Gruau Lait	Fruits Lait	Fruits Lait	Fruits Lait	Fruits Lait
<b>DINER POUpons</b>	Soupe aux légumes  Poisson à l'indienne Légumes du jour Riz brun  Yogourt aux pommes Eau	Pain grillé Purée de légumes  Émincé de porc aux légumes et gingembre Boulgour  Compote Lait	Potage de kale  Rouleau de tortillas aux œufs  Yogourt aux bleuets et bananes	Légumes blanchis Trempe tte (Recette du chef)  Fusilli au poulet et légumes sautés à l'ail  Salade de fruits Lait	Salade verte  Pâté chinois aux lentilles  Tapioca aux pommes et à l'érable Lait
<b>DINER</b>	Soupe aux légumes  Poisson à l'indienne Légumes du jour Riz brun  Yogourt aux pommes Eau	Pain grillé Purée de légumes  Émincé de porc aux légumes et gingembre Boulgour  Compote Lait	Potage de kale  Rouleau de tortillas aux œufs  Yogourt aux bleuets et banane	Crudité Trempe tte (Recette du chef)  Fusilli au poulet et légumes sautés à l'ail  Salade de fruits Lait	Salade verte  Pâté chinois aux lentilles  Tapioca aux pommes et à l'érable Lait
<b>COLLATION P.M.</b>	Fruits frais Lait	Yogourt et granola Eau	Muffin aux bananes et aux dattes Lait	Biscottes et fromage frais Eau	Céréales et petits fruits Lait



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>COLLATION A.M.</b>	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait
<b>DINER POUpons</b>	Gratin de légumes  Sauté de brocoli au tofu  Muffins aux courgettes Lait	Velouté de légumes  Penne primavera au poisson blanc  Compote de fruits Lait	Crème de choux  Pain de viande de porc Légumes du jour Couscous  Yogourt aux petits fruits	Potage de légumes  Fajitas au poulet et légumes  Gâteau de maïs et bleuets Lait	Potage de légumes  Nachos déjeuner aux œufs  Yogourt fraises et mangues
<b>DINER</b>	Gratin de légumes  Sauté de brocoli au tofu  Muffins aux courgettes Lait	Velouté de légumes  Penne primavera au saumon  Compote de fruits Lait	Salade de choux  Pain de viande de porc Légumes du jour Couscous  Yogourt aux petits fruits	Salade Cléopâtre  Fajitas au poulet et légumes  Gâteau de maïs et bleuets Lait	Salade de carottes  Nachos déjeuner aux œufs  Yogourt fraises et mangues
<b>COLLATION P.M.</b>	Céréales et bananes Lait	Barre tendre aux bleuets Lait	Fromage frais sur tortillas de blé Lait	Tartines aux framboises Lait	Bagel Beurre de soya Lait

